

نسخة مجانية

بنك اسئلة التميز

# المهارات المهرسية

على مقرر الفصل الثاني كاملاً  
الصف الرابع الابتدائي

إعداد  
أ. محمود سعيد



يمكنكم الحصول على المذكرات والاختبارات من خلال مسح رمز ال QR Code  
أو من خلال صفحة "التميز - أ / محمود سعيد".  
® يرجى مراعاة حقوق صاحب المحتوى عند النشر.

01275026500



/El.Motamyez.School

ملحق  
الإجابات  
بالداخل



## بنك أسئلة التميز الشامل لاختبار نهاية العام

### لمادة " المهارات المهنية "

**السؤال الأول : ضع علامة ( صح ) أمام العبارات الصحيحة أو علامة ( خطأ )**

**أمام العبارات الخاطئة :-**

- ١ استخدام الصور والرسومات ليس ضروريا في تصميم العلامة التجارية ( )
- ٢ يفضل صناعة القماش من الكتان لأنه ناعم ولين ومتين ( )
- ٣ الشعار الصغير يمكن قراءته بسهولة ( )
- ٤ تعبر العلامة التجارية عن هوية الشركات ( )
- ٥ الطهى الجيد للحوم والدجاج والاسماك خطوة مهمة في إعداد طعام صحي ( )
- ٦ شعارات الشركات التي يكون لونها احمر تعبر عن الهدوء والسكينة ( )
- ٧ من مميزات الاوانى ذات الطلاء غير اللاصق ان الطعام لا يلتصق بها ( )
- ٨ يمكن التعبير عن العلامات التجارية الناجحة باستخدام الكلمات فقط ( )
- ٩ ليس من الضروري أن نتحقق من رموز الغسيل الموجودة علي ملصقات الملابس قبل غسلها . ( )
- ١٠ مجموعة التركيز لها دور فعال عند التصميم عن طريق تجربتها للمنتجات قبل عرضها في السوق ( )
- ١١ شجع حسن فتحي علي استخدام مواد بناء طبيعية مثل الطين عند البناء ( )
- ١٢ يجب أن يتضمن الشعار أكثر من ١٠ كلمات لضمان نجاح الحملة الاعلانية ( )
- ١٣ يجب أن يكون الاعلان قابلا للتصديق ومميزاً حتي لا ينسي . ( )
- ١٤ لا يعاقب القانون علي المعلومات الخطأ التي تكون في الاعلانات ( )
- ١٥ يجب الاخذ في الاعتبار امكانية اعادة تدوير المنتج بعد إستهلاكه حتي لا يؤثر سلباً في كوكب الارض ( )
- ١٦ تعمل نيروبا راو مع خبراء في علم النبات عند القيام برسوماتها النباتية لتكون لوحاتها دقيقة من الناحية العلمية ( )





- ١٧ يجب علي المصمم أن يفكر بنفس طريقة المستخدم لضمان تحقيق التصميم الجيد ( )
- ١٨ تصميمات جميع الحدائق تحاكي البيئة الطبيعية فقط دون مبالغة في تصميمها ( )
- ١٩ يطلق علي الفئات الاساسية من المجتمع التي تحاول الشركة التسويق لهم اسم السوق المستهدفة ( )
- ٢٠ يفضل شراء الملاعق المصنوعة من الفولاذ المقاوم للصدأ لأنها لا تجمع البكتيريا ولا تمتص الروائح ( )
- ٢١ يجب ان يتضمن الشعار اسم الشركة في معظم الاوقات ( )
- ٢٢ تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على الخضراوات والفاكهة والحبوب الكاملة ( )
- ٢٣ يجب معالجة بقع الملابس اثناء غسلها ( )
- ٢٤ الرؤية التي تهدف لها الشركة مهمة لإنشاء العلامات التجارية ( )
- ٢٥ جميع الأقمشة تصنع من نفس المصدر ( )
- ٢٦ استخدام المياه الباردة عند غسل الملابس يستهلك طاقة أكبر ( )
- ٢٧ يجب فرز الملابس من حيث ألوانها قبل غسلها ( )
- ٢٨ تعتبر الدهون من مصادر الحصول على الطاقة. ( )
- ٢٩ اماكن الظل في الحديقة تساعد علي الاسترخاء ( )
- ٣٠ الأطعمة المقلية أكثر صحية من الأطعمة المشوية ( )
- ٣١ تتشابه الحدائق مع بعضها من حيث نوعية النباتات الموجودة بها ( )
- ٣٢ الشراب الصناعي يحتوي على نسبة عالية من السكر مقارنة بالشراب الطبيعي ( )
- ٣٣ التحمير بالزيت يجعل الطعام دهنياً وغير صحي ( )
- ٣٤ استخدام الاسعافات الأولية في حالات الحروق أمر ضروري ( )
- ٣٥ نستخدم المعالق المسطحة المصنوعة من السيليكون لأنه لاصق وغير مرن ( )
- ٣٦ يفضل استعمال الأواني ذات الطلاء غير اللاصق حتي لا يلتصق الطعام بها . ( )
- ٣٧ يعتبر الكالسيوم من الأملاح المعدنية الضرورية للحفاظ علي صحة العظام والأسنان ( )
- ٣٨ يساعدنا شرب ٨ أكواب من الماء يومياً علي التخلص من السموم ( )
- ٣٩ الكربوهيدرات أحد العناصر الغذائية التي تزودنا بالطاقة التي نحتاج إليها ( )





- ٤٠ للوقاية من الأمراض نحرص علي تناول الاطعمة الغنية بالفيتامينات المتنوعة ( )
- ٤١ إبقاء اللحوم والألبان لفترة طويلة بالثلاجة لا يؤثر علي صلاحيتها . ( )
- ٤٢ الشراب الصناعي هو مزيج من الماء والسكر وعصير الفاكهة الطبيعي ( )
- ٤٣ عند الطهي يجب أن تكون مقابض الأواني بعيدة عن طرف البوتجاز ( )
- ٤٤ إضافة المواد الحافظة للشراب الصناعي تحمية من العفن والبكتيريا ( )
- ٤٥ يستخدم الكريم المطهر في الاسعافات الأولية لتثبيت الرباط علي الجروح ( )
- ٤٦ تساعد النباتات علي تقليل تلوث الهواء . ( )
- ٤٧ يتم إضافة الليمون للشراب الصناعي لحمايته من العفن والبكتيريا ( )
- ٤٨ النباتات الحولية تنمو لمدة عام . ( )
- ٤٩ يحتوي النظام الغذائي الصحي للأطفال على الكثير من الدهون. ( )
- ٥٠ الاهتمام بالملابس يوفر المال حيث انه يحافظ علي الملابس بحالة جيدة لفترة ( )
- أقصر .

### السؤال الثاني : أكمل العبارات الآتية بالإجابة الصحيحة :

- ١ نجد فيتامين C في .....
- ٢ يتم إقناع العملاء بمصداقية الإعلان عن طريق التسويق .....
- ٣ يمكن الاستفادة من الملابس القديمة عن طريق .....
- ٤ عناصر التصميم تتمثل في لونه وحجمه وتركيبه و .....
- ٥ يتم ..... الملابس قبل غسلها على حسب اللون ونوع القماش
- ٦ تستخدم العلامات التجارية الصور و ..... للتعبير عنها بشكل فعال
- ٧ العناصر الأساسية للتصميم هي اللون و ..... والتركيب والحجم
- ٨ يجب توخي الحذر عند ..... لتكون ملابس أكثر أناقة
- ٩ نحتاج الي ..... لبناء العضلات
- ١٠ يساعد الجلوس في أماكن ..... في الحديقة علي الاسترخاء
- ١١ الناشطة وصفية نزرين نجحت في .....
- ١٢ تساعد النباتات علي تقليل تلوث الهواء بامتصاصها .....
- ١٣ يجب استخدام ..... لمنع الالتهابات عند حدوث الجروح
- ١٤ اللبن البقري أخف وأسهل في الهضم من اللبن .....





- ١٥ تعيش الكائنات الدقيقة في .....
- ١٦ طريقة ..... الطعام من الطرق الطهي غير الصحية .
- ١٧ من الوجبات الخفيفة والصحية .....
- ١٨ من الممكن أن تتفاعل المقلاة المصنوعة من الألومنيوم مع الأطعمة ..... عند التعرض لدرجات الحرارة العالية
- ١٩ لقب ..... بمهندس الفقراء بسبب تدريبه للسكان المحليين في صنع مواد البناء لمنزلهم .
- ٢٠ يحتاج ..... خاصة لوجبات غذائية متوازنة غنية بالعناصر الغذائية لتساعد أجسامهم علي النمو .
- ٢١ توفر ..... المعلومات المهمة عن المنتجات والخدمات لإقناع العملاء بالمنتج
- ٢٢ ليس من الأمان مساعدة الأشخاص المصابة بحالات .....
- ٢٣ تسمى المجموعة التي تقوم بتجربة المنتجات قبل عرضها في الاسواق بمجموعة .....
- ٢٤ يتم تسخين الشراب الي درجات حرارة مرتفعة للقضاء علي .....
- ٢٥ نستطيع الحصول علي القماش المصنوع من الحرير من .....
- ٢٦ يجب تناول عصير الفاكهة الطبيعي بدلاً من المشروبات .....
- ٢٧ يجب معالجة ..... علي الفور قبل غسل الملابس
- ٢٨ الحديد عنصر مهم لـ .....
- ٢٩ تزرع النباتات ..... في الحدائق لأنها ستبقى أكثر من عام .
- ٣٠ نجد الدهون الصحية في .....
- ٣١ من مميزات القماش المصنوع من ..... أنه لا يتجعد ويدوم لفترة طويلة
- ٣٢ يجب ممارسة ..... يومياً للحفاظ علي صحتنا .
- ٣٣ الترمس من الوجبات الخفيفة الذي يحتوي علي نسبة عالية من .....
- ٣٤ كانت نيروبا راو رسامة ..... في الهند
- ٣٥ عند حدوث تسرب للغاز الطبيعي في المنزل ، علينا الاتصال برقم .....
- ٣٦ يمكن استبدال المشروبات الغازية بـ .....
- ٣٧ الشراب الطبيعي هو مزيج من الماء والسكر وعصير ..... الطبيعي
- ٣٨ لا يجب فتح ..... حتي نحافظ علي برودة الطعام عند انقطاع التيار الكهربائي
- ٣٩ يجب الا ..... أي مصباح كهربائي عند وجود تسريب للغاز الطبيعي .
- ٤٠ يخزن الطلاء بعيداً عن .....
- ٤١ من عيوب أواني الطهي غير اللاصقة أنها قد تكون ..... عند خدش الطلاء .





- ٤٢ ..... أسس مستشفى لعلاج القلب بالمجان
- ٤٣ ..... السبب الرئيسي في فساد الاطعمة
- ٤٤ ..... تقوم ..... بتوضيح طبيعة عمل الشركة للعملاء
- ٤٥ ..... تعتبر الوجبات ..... طعاماً غير صحي .
- ٤٦ ..... تحتوي الحقائق على النباتات ، الارصفة و .....
- ٤٧ ..... يحتوي السمك علي فيتامين .....
- ٤٨ ..... النباتات ..... مزهرة لأكثر من عام
- ٤٩ ..... يحتاج الجسم ..... لمساعدته علي مقاومة الامراض
- ٥٠ ..... الفئات الاساسية التي تقوم الشركات بتسويق المنتجات لها تعرف بالاسواق .....

### السؤال الثالث : أختار الإجابة الصحيحة :

- ١ نجد صعوبة في قراءة شعار الشركة إذا كان .....
- أ - كبيراً      ب - صغيراً      ج - كبير جداً      د - متوسطاً
- ٢ يعتبر الطعام صحياً إذا احتوي علي كمية كبيرة من .....
- أ - السكريات      ب - الدهون      ج - الفيتامينات      د - النشويات
- ٣ يمكن صناعة الملابس من مصادر مضرّة للبيئة مثل .....
- أ - الأغنام      ب - البترول      ج - دودة القز      د - القطن
- ٤ يساعد الماء على التخلص من .....
- أ - السموم      ب - الكربوهيدرات      ج - البروتينات      د - الدهون
- ٥ تحتوي الحقائق علي أنواع كثيرة من .....
- أ - الحشرات      ب - السيارات      ج - النباتات      د - المباني
- ٦ من النصائح المهمة ليكون يومك صحياً..
- أ - تناول اللحوم      ب - شرب كوب      ج - تناول كميات      د - تناول كميات
- الخالية من      واحد من المياه      قليلة من      كبيرة من
- الدهون      يومياً      الخضراوات      الحلوى
- والفاكهة
- ٧ شارك حسن فتحي في تصميم قرية " القرنة الجديدة " حيث أنه كان .....
- أ - طبيباً      ب - مهندساً معمارياً      ج - رساماً      د - مدرساً





- ٨ يجب أن تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على .....
- أ - المشروبات      ب - الكثير من      ج - الحبوب الكاملة      د - الاطعمة  
الغازية      الحلوى      المقلية بالزيت
- ٩ يتم إقناع العملاء بشراء منتج عن طريق عملاء آخرين جربوا المنتج بواسطة التسويق .....
- أ - الكتابي      ب - الشفهي      ج - الإجباري      د - الفني
- ١٠ يقوم الجهاز الهضمي بتحويل ..... الى سكر جلوكوز فيزود الجسم بالطاقة
- أ - البروتينات      ب - الألياف      ج - الكربوهيدرات      د - الدهون
- ١١ لون شعار الشركة ..... يعبر عن الهدوء والسكينة
- أ - الاخضر      ب - الازرق      ج - الاحمر      د - الأسود
- ١٢ شرب ٨ أكواب من الماء يومياً يساعد علي طرد ..... من الجسم
- أ - الفيتامينات      ب - البروتينات      ج - الكربوهيدرات      د - السموم
- ١٣ يتم ..... الملابس بتعليقها وطبها بشكل مرتب
- أ - كي      ب - غسل      ج - نشر      د - تخزين
- ١٤ تحتوي الوجبات السريعة علي كميات كبيرة من .....
- أ - الدهون      ب - الفيتامينات      ج - الكربوهيدرات      د - المعادن
- ١٥ يمكن الحصول علي الاقمشة من مصادر صديقة للبيئة مثل .....
- أ - البترول      ب - القطن      ج - البنزين      د - الخشب
- ١٦ الطعام الصحي هو الطعام الذي يحتوي علي كمية كبيرة من .....
- أ - الفيتامينات      ب - النشويات      ج - السكريات      د - الدهون  
والسكريات
- ١٧ أواني الطهي المصنوعة من ..... تتفاعل مع الأطعمة الحمضية .
- أ - السليكون      ب - الاستانليس      ج - الالومنيوم      د - مواد غير لاصقة  
استيل
- ١٨ يعتبر الارز والبطاطس من .....
- أ - السكريات      ب - النشويات      ج - الفيتامينات      د - الماء
- ١٩ من طرق الطهي غير الصحية .....









٣٢ من مميزات القماش المصنوع من الكتان أنه .....

٣٣ نحتاج الي ..... للحفاظ علي صحة العظام والاسنان

٣٤ تعبر ..... عن هوية الشركة

٣٥ الضمادات اللاصقة تستخدم لـ .....

٣٦ من مبادئ التصميم الجيد .....

٣٧ تشمل الكربوهيدرات .....

٣٨ لكي يكون الإعلان ناجحاً يجب أن .....

٣٩ سبب ظهور طبقتين منفصلتين أثناء عملية صناعة الشراب الصناعي هو .....

٤٠ عملت نيروبا راومع خبراء في علم..... لتكون لوحاتها دقيقة من الناحية العلمية

أ - الحيوان      ب - الجيولوجيا      ج - النبات      د - الجغرافيا



- ٤١ الخطوة الاولى فى تصنيع الشراب الصناعى للقضاء على البكتيريا هي .....  
 أ - فصل الفاكهة ب - تعبئة الشراب ج - تسخين الشراب د - بيع الشراب فى  
 عن السكر لدرجات حرارة مرتفعة المحلات
- ٤٢ تساعد العناية بالملابس علي جميع ما يلي ما عدا .....  
 أ - توفير المال ب - الحفاظ علي ج - توفير الطاقة د - استخدام عدد  
 الملابس أكبر من الموارد
- ٤٣ للمحافظة على سلامة الفواكه يجب ابقاؤها فى ..... الى ان يحين وقت استخدامها  
 أ - المطبخ ب - الثلاجة ج - أكياس د - مكان دافئ  
 بلاستيكية
- ٤٤ شعار الشركة هو ..... يوضح المشروع الذي تقوم به الشركة  
 أ - جملة طويلة ب - مقال ج - رمز د - أسم الشركة
- ٤٥ من الوجبات الغذائية الصحية .....  
 أ - اللحوم المصنعة ب - البطاطس ج - المكرونة مع د - الحلوي  
 المقلية اضافة الجبن

## السؤال الرابع : وصل من العمود ( أ ) بما يناسب ما في العمود ( ب )

( ١ )

العمود ( أ )		العمود ( ب )	
١	العلامة التجارية	أ	ناعم ولين ومتين
٢	كي الملابس	ب	تعبر عن هوية الشركة
٣	القماش المصنوع من الحرير	ج	فئات تحاول الشركة تسويق المنتجات اليهم
٤	السوق المستهدفة	د	يجعلها أكثر اناقة

( ٢ )





العمود ( أ )		العمود ( ب )	
١	الشراب الطبيعي غني بالفيتامينات والأملاح المعدنية	أ	إذا تركتها خارج الثلاجة لفترات طويلة
٢	مقلاة الألومنيوم قد تتفاعل مع الأطعمة الحمضية	ب	لأنه يحتوي على الفاكهة
٣	الخضروات والفواكه تصبح لينت وتظهر عليها بقع داكنة	ج	عند التعرض لدرجة حرارة عالية
٤	يحتاج الأطفال إلى وجبات غذائية متوازنة غنية بالعناصر الغذائية	د	في الوجبات السريعة
٥	غالباً ما تكون نسبة الفيتامينات والأملاح المعدنية منخفضة	و	لمساعدة أجسامهم على النمو

( ٣ )

العمود ( أ )		العمود ( ب )	
١	نباتات الحدائق	أ	تساعد على الاسترخاء
٢	قمماش البوليستر	ب	مصدره دودة القز
٣	المساحات المشمسة بالحديقة	ج	تقلل من تلوث الهواء
٤	قمماش الكتان	د	مصدره البترول
٥	قمماش الحرير	و	خفيف الوزن وجيد التهوية

( ٤ )

العمود ( أ )		العمود ( ب )	
١	من المكونات المهمة في حقيبة الإسعافات الأولية	أ	إذا كان هناك تسرب غاز
٢	غادر المنزل فوراً ولا تضيء أية مصابيح كهربائية	ب	يمكن أن ينتج عنه اشتعال حريق
٣	عند إعداد الشراب الصناعي يجب تسخينه عند درجات حرارة مرتفعة	ج	الضامات اللاصقة والضامات الضاغطة
٤	إيصال عدة أجهزة كهربائية في سلك مشترك واحد	د	للحفاظ على البكتيريا
٥	في حالة الإصابات الخطيرة عليك الاتصال برقم ١٢٢	و	المخصص لخدمة الإسعاف





### السؤال الخامس : فكر ثم أجب عن الاسئلة الآتية :

- ١ قام حسن فتحي بعدة إنجازات طوال حياته أذكر اثنين منها ؟  
.....
- ٢ كم عدد اكواب الماء التي يجب أن نتناولها يومياً ؟  
.....
- ٣ للإعلان أهمية كبيرة للإعلان عن منتج ما .. وضح ذلك ؟  
.....
- ٤ ما العناصر الغذائية المشتركة المتوفرة في اللبن والبيض واللحم ؟  
.....
- ٥ يجب تحريته المنتج عن طريق مجموعة التركيز قبل عرضه في الاسواق ، ما سبب ذلك ؟  
.....
- ٦ لماذا تكون الوجبات السريعة مضرّة ؟  
.....
- ٧ لون الشعار له دلالة مختلفة عند عمل مشروع تجاري فاللون الاحمر يظهر الحماس ، فاذا كان لونه أزرق ماذا يعبر لك ؟  
.....
- ٨ لماذا يفضل الشرب الطبيعي عن الشرب الصناعي ؟  
.....
- ٩ تري لارا أن القماش المصنوع من الحرير يصنع من دودة القز أما سيف يري أنه يصنع من البترول ، أيهما رأييه صحيح ؟  
.....
- ١٠ لماذا يتم إضافة المواد الحافظة عند تصنيع الشرب ؟  
.....
- ١١ يفضل استخدام الماء البارد لغسل الملابس عن الماء الساخن أذكر السبب ؟  
.....





١٢ لماذا يعد الألومنيوم مصدر خطر في صناعه الاواني؟

١٣ توجد نباتات مزهرة في الحدائق ستتمو لمدة عام فقط ، فهل هي نباتات ( حولية أم معمرة ) ؟

١٤ ما اهمية البروتينات ؟

١٥ اذكر نوعين من الكربوهيدرات ؟

١٦ توجد عدة أمور يجب مراعاتها عند النظر لأي شعار ، حددها ؟

١٧ ما اهمية الالياف ؟

١٨ يجب أن تتوافر عدة خصائص في الحدائق ليستمتع بها المجتمع أذكر اثنين منها ؟

١٩ لماذا يتم تسخين الشراب جيداً قبل تصنيه ؟

٢٠ يفضل صنع الملابس من مصادر صديقة للبيئة أكتب أمثلة لهذه المصادر ؟

٢١ لماذا يفضل إضافة السكر للماء عند إعداد الشراب وهو ساخن ؟

٢٢ العلامة التجارية التي تستخدمها الشركات لها أهمية كبيرة وضح ذلك ؟

٢٣ كيف نحافظ على الطعام من التلف ؟

٢٤ يجب أن تتوافر عدة مبادئ ليكون التصميم جيداً أذكر ثلاثة منها ؟





٢٥ ما المنتجات الغذائية المصنوعة من اللبن ؟

.....

٢٦ يتكون التصميم من عدة عناصر حددها ؟

.....

٢٧ ما الفائدة من وضع مخطط مسبق لوجباتنا الغذائية ؟

.....

٢٨ توجد عدة أمور يجب اتباعها لضمان الحملة الاعلانية ، اذكر واحدة منها ؟

.....

٢٩ اكتب ثلاثة من العناصر الاساسية التي يجب ان تتضمنها حقيبة الاسعافات الأولية ؟

.....

٣٠ كانت نيروبا راو تساعد الناس علي حماية الحياة النباتية ، فماذا كان عملها ؟

.....

### تم بحمد الله

بسم الله الرحمن الرحيم " إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا " صدق الله العظيم





التميز في

# المهارات المهنية

الاجابات النموذجية لبنك الاسئلة



اعداد

أ. محمود سعيد



يمكنكم الحصول على المذكرات والاختبارات من خلال مسح رمز ال QR Code  
أو من خلال صفحة "التميز - أ / محمود سعيد".  
® يرجى مراعاة حقوق صاحب المحتوى عند النشر.

01275026500

/El.Motamyez.School







- ١٧ يجب علي المصمم أن يفكر بنفس طريقة المستخدم لضمان تحقيق التصميم  
الجيد صح
- ١٨ تصميمات جميع الحدائق تحاكي البيئة الطبيعية فقط دون مبالغة في تصميمها  
خطأ
- ١٩ يطلق علي الفئات الاساسية من المجتمع التي تحاول الشركة التسويق لهم اسم  
السوق المستهدفة صح
- ٢٠ يفضل شراء الملاعق المصنوعة من الفولاذ المقاوم للصدأ لأنها لا تجمع البكتيريا  
ولا تمتص الروائح صح
- ٢١ يجب ان يتضمن الشعار اسم الشركة في معظم الاوقات  
خطأ
- ٢٢ تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على الخضراوات والفاكهة والحبوب الكاملة  
صح
- ٢٣ يجب معالجة بقع الملابس اثناء غسلها  
خطأ
- ٢٤ الرؤية التي تهدف لها الشركة مهمة لإنشاء العلامات التجارية  
صح
- ٢٥ جميع الأقمشة تصنع من نفس المصدر  
خطأ
- ٢٦ استخدام المياه الباردة عند غسل الملابس يستهلك طاقة أكبر  
خطأ
- ٢٧ يجب فرز الملابس من حيث ألوانها قبل غسلها  
صح
- ٢٨ تعتبر الدهون من مصادر الحصول على الطاقة.  
صح
- ٢٩ اماكن الظل في الحديقة تساعد علي الاسترخاء  
صح
- ٣٠ الأطعمة المقلية أكثر صحية من الأطعمة المشوية  
خطأ
- ٣١ تتشابه الحدائق مع بعضها من حيث نوعية النباتات الموجودة بها  
خطأ
- ٣٢ الشراب الصناعي يحتوي على نسبة عالية من السكر مقارنة بالشراب الطبيعي  
صح
- ٣٣ التحمير بالزيت يجعل الطعام دهنياً وغير صحي  
صح
- ٣٤ استخدام الاسعافات الأولية في حالات الحروق أمر ضروري  
خطأ
- ٣٥ نستخدم المعالق المسطحة المصنوعة من السيليكون لأنه لاصق وغير مرن  
خطأ
- ٣٦ يفضل استعمال الأواني ذات الطلاء غير اللاصق حتي لا يلتصق الطعام بها .  
صح
- ٣٧ يعتبر الكالسيوم من الأملاح المعدنية الضرورية للمحافظة علي صحة العظام  
والأسنان صح
- ٣٨ يساعدنا شرب ٨ أكواب من الماء يومياً علي التخلص من السموم  
صح
- ٣٩ الكربوهيدرات أحد العناصر الغذائية التي تزودنا بالطاقة التي نحتاج إليها  
صح





- ٤٠ للوقاية من الأمراض نحرص علي تناول الاطعمة الغنية بالفيتامينات المتنوعة
- ٤١ إبقاء اللحوم والألبان لفترة طويلة بالثلاجة لا يؤثر علي صلاحيتها .
- ٤٢ الشراب الصناعي هو مزيج من الماء والسكر وعصير الفاكهة الطبيعي
- ٤٣ عند الطهي يجب أن تكون مقابض الأواني بعيدة عن طرف البوتجاز
- ٤٤ إضافة المواد الحافظة للشراب الصناعي تحميته من العفن والبكتيريا
- ٤٥ يستخدم الكريم المطهر في الاسعافات الأولية لتثبيت الرباط علي الجروح
- ٤٦ تساعد النباتات علي تقليل تلوث الهواء
- ٤٧ يتم إضافة الليمون للشراب الصناعي لحمايته من العفن والبكتيريا
- ٤٨ النباتات الحولية تنمو لمدة عام
- ٤٩ يحتوي النظام الغذائي الصحي للأطفال على الكثير من الدهون.
- ٥٠ الاهتمام بالملابس يوفر المال حيث انه يحافظ علي الملابس بحالة جيدة لفترة أقصر

## السؤال الثاني : أكمل العبارات الآتية بالإجابة الصحيحة :

- ١ نجد فيتامين C في .....الخضروات.....
- ٢ يتم إقناع العملاء بمصداقية الإعلان عن طريق التسويق .....الشفهي.....
- ٣ يمكن الاستفادة من الملابس القديمة عن طريق .....إعادة تدويرها.....
- ٤ عناصر التصميم تتمثل في لونه وحجمه وتركيبه و .....شكله.....
- ٥ يتم .....فرز..... الملابس قبل غسلها على حسب اللون ونوع القماش
- ٦ تستخدم العلامات التجارية الصور و .....الرسومات..... للتعبير عنها بشكل فعال
- ٧ العناصر الأساسية للتصميم هي اللون و .....الشكل..... والتركيب والحجم
- ٨ يجب توخي الحذر عند .....الملابس..... لتكون ملابس أكثر أناقة
- ٩ نحتاج الي .....البروتين..... لبناء العضلات
- ١٠ يساعد الجلوس في أماكن .....الظل..... في الحديقته علي الاسترخاء
- ١١ الناشطة وصفية نزرين نجحت في .....تسلق الجبال.....
- ١٢ تساعد النباتات علي تقليل تلوث الهواء بإمتصاصها .....غاز ثاني أكسيد الكربون.....
- ١٣ يجب استخدام .....الكريم المطهر..... لمنع الالتهابات عند حدوث الجروح
- ١٤ اللبن البقري أخف وأسهل في الهضم من اللبن .....الجاموسي.....





- ١٥ تعيش الكائنات الدقيقة في ..... الهواء .....
- ١٦ طريقة ..... قلي ..... الطعام من الطرق الطهي غير الصحية .
- ١٧ من الوجبات الخفيفة والصحية ..... الترمس .....
- ١٨ من الممكن أن تتفاعل المقلاة المصنوعة من الألومنيوم مع الأطعمة ..... الحمضية .... عند التعرض لدرجات الحرارة العالية
- ١٩ لقب ..... حسن فتحي ..... بمهندس الفقراء بسبب تدريبه للسكان المحليين في صنع مواد البناء لمنزلهم .
- ٢٠ يحتاج ..... الأطفال ..... خاصة لوجبات غذائية متوازنة غنية بالعناصر الغذائية لتساعد أجسامهم علي النمو .
- ٢١ توفر ..... الإعلانات ..... المعلومات المهمة عن المنتجات والخدمات لإقناع العملاء بالمنتج
- ٢٢ ليس من الأمان مساعدة الأشخاص المصابة بحالات ..... الحروق والكسور الخطيرة .....
- ٢٣ تسمى المجموعة التي تقوم بتجربة المنتجات قبل عرضها في الاسواق بمجموعة ... التركيز ..
- ٢٤ يتم تسخين الشراب الي درجات حرارة مرتفعة للقضاء علي ..... البكتيريا .....
- ٢٥ نستطيع الحصول علي القماش المصنوع من الحرير من ..... دودة القز .....
- ٢٦ يجب تناول عصير الفاكهة الطبيعي بدلاً من المشروبات ..... الغازية .....
- ٢٧ يجب معالجة ..... البقع ..... علي الفور قبل غسل الملابس
- ٢٨ الحديد عنصر مهم لـ ..... الدم .....
- ٢٩ تزرع النباتات .... المثمرة .... في الحدائق لأنها ستبقي أكثر من عام .
- ٣٠ نجد الدهون الصحية في ..... المكسرات والاسماك والبذور .....
- ٣١ من مميزات القماش المصنوع من ..... البوليستر .... أنه لا يتجعد ويدوم لفترة طويلة
- ٣٢ يجب ممارسة ..... الرياضة ..... يومياً للحفاظ علي صحتنا .
- ٣٣ الترمس من الوجبات الخفيفة الذي يحتوي علي نسبة عالية من ..... البروتين .....
- ٣٤ كانت نيروبا راو رسامة ..... نباتية ..... في الهند
- ٣٥ عند حدوث تسرب للغاز الطبيعي في المنزل ، علينا الاتصال برقم ..... ١٢٩ طوارئ الغاز .....
- ٣٦ يمكن استبدال المشروبات الغازية بـ ..... العصائر الطبيعية .....
- ٣٧ الشراب الطبيعي هو مزيج من الماء والسكر وعصير ..... الفاكهة ..... الطبيعي
- ٣٨ لا يجب فتح ..... الثلاجة ..... حتي نحافظ علي برودة الطعام عند انقطاع التيار الكهربائي
- ٣٩ يجب الا ..... تضيء ..... أي مصباح كهربائي عند وجود تسريب للغاز الطبيعي .
- ٤٠ يخزن الطلاء بعيداً عن ..... مصادر الحرارة .....
- ٤١ من عيوب أواني الطهي غير اللاصقة أنها قد تكون ..... سامّة ..... عند خدش الطلاء .





- ٤٢ ..... السير مجدي يعقوب ..... أسس مستشفى لعلاج القلب بالمجان
- ٤٣ ..... السبب الرئيسي في فساد الاطعمة ..... البكتيريا والعفن .....
- ٤٤ ..... تقوم ..... العلامات التجارية ..... بتوضيح طبيعة عمل الشركة للعملاء
- ٤٥ ..... تعتبر الوجبات ..... السريعة ..... طعاماً غير صحي .
- ٤٦ ..... تحتوى الحدائق على النباتات ، الارصفة و ..... البرجولات .....
- ٤٧ ..... يحتوي السمك علي فيتامين ..... A .....
- ٤٨ ..... النباتات ..... المعمرة ..... مزهرة لأكثر من عام
- ٤٩ ..... يحتاج الجسم ..... الفيتامينات ..... لمساعدته علي مقاومة الامراض
- ٥٠ ..... الضئات الاساسية التي تقوم الشركات بتسويق المنتجات لها تعرف بالاسواق ..... المستهدفة .....

### السؤال الثالث : أختار الإجابة الصحيحة :

- ١ نجد صعوبة في قراءة شعار الشركة إذا كان .....
- أ - كبيراً      ب - صغيراً      ج - كبير جداً      د - متوسطاً
- ٢ يعتبر الطعام صحياً إذا احتوي علي كمية كبيرة من .....
- أ - السكريات      ب - الدهون      ج - الفيتامينات      د - النشويات
- ٣ يمكن صناعة الملابس من مصادر مضرّة للبيئة مثل .....
- أ - الأغنام      ب - البترول      ج - دودة القز      د - القطن
- ٤ يساعد الماء على التخلص من .....
- أ - السموم      ب - الكربوهيدرات      ج - البروتينات      د - الدهون
- ٥ تحتوي الحدائق علي أنواع كثيرة من .....
- أ - الحشرات      ب - السيارات      ج - النباتات      د - المباني
- ٦ من النصائح المهمة ليكون يومك صحياً..
- أ - تناول اللحوم      ب - شرب كوب      ج - تناول كميات      د - تناول كميات
- الخالية من      واحد من المياه      قليلة من      كبيرة من الحلوى
- الدهون      يومية      الخضراوات      والفاكهة
- ٧ شارك حسن فتحي في تصميم قرية " القرنّة الجديدة " حيث أنه كان .....
- أ - طبيباً      ب - مهندساً معمارياً      ج - رساماً      د - مدرساً





- ٨ يجب أن تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على .....
- أ - المشروبات الغازية ب - الكثير من الحلوى ج - الحبوب الكاملة د - الأطعمة المقلية بالزيت
- ٩ يتم إقناع العملاء بشراء منتج عن طريق عملاء آخرين جربوا المنتج بواسطة التسويق .....
- أ - الكتابي ب - الشفهي ج - الإجباري د - الفني
- ١٠ يقوم الجهاز الهضمي بتحويل ..... الى سكر جلوكوز فيزود الجسم بالطاقة
- أ - البروتينات ب - الألياف ج - الكربوهيدرات د - الدهون
- ١١ لون شعار الشركة ..... يعبر عن الهدوء والسكينة
- أ - الاخضر ب - الازرق ج - الاحمر د - الأسود
- ١٢ شرب ٨ أكواب من الماء يومياً يساعد علي طرد ..... من الجسم
- أ - الفيتامينات ب - البروتينات ج - الكربوهيدرات د - السموم
- ١٣ يتم ..... الملابس بتعليقها وطبها بشكل مرتب
- أ - كي ب - غسل ج - نشر د - تخزين
- ١٤ تحتوي الوجبات السريعة علي كميات كبيرة من .....
- أ - الدهون ب - الفيتامينات ج - الكربوهيدرات د - المعادن
- ١٥ يمكن الحصول علي الاقمشة من مصادر صديقة للبيئة مثل .....
- أ - البترول ب - القطن ج - البنزين د - الخشب
- ١٦ الطعام الصحي هو الطعام الذي يحتوي علي كمية كبيرة من .....
- أ - الفيتامينات ب - النشويات ج - السكريات د - الدهون
- ١٧ أواني الطهي المصنوعة من ..... تتفاعل مع الأطعمة الحمضية .
- أ - السليكون ب - الاستانليس ج - الالومنيوم د - مواد غير لاصقة
- ١٨ يعتبر الارز والبطاطس من .....
- أ - السكريات ب - النشويات ج - الفيتامينات د - الماء
- ١٩ من طرق الطهي غير الصحية .....
- أ - الشوي ب - السلق ج - القلي د - الاعداد علي البخار





- ٢٠ لإخماد الحريق الناتج عن الزيت يجب استخدام .....
- أ - بنزين      ب - ماء نقي      ج - زيت      د - بيكربونات الصوديوم
- ٢١ السبب الرئيسي في فساد الأطعمة .....
- أ - الماء      ب - برودة الجو      ج - البكتيريا      د - نظافة الأواني
- ٢٢ احرص عند اعداد الشراب الطبيعي علي إضافة السكر عندما يكون الشراب .....
- أ - بارداً      ب - دافئاً      ج - ساخناً      د - معقماً
- ٢٣ تحتوي ..... علي كميات كبيرة من الدهون التي تؤثر علي نظامنا الغذائي .
- أ - الوجبات السريعة      ب - البقوليات      ج - الوجبات الصحية      د - الخضروات
- ٢٤ من مميزات المقلاة المصنوعة من الألومنيوم أن .....
- أ - ثمنها غالي      ب - لونها واحد      ج - ثمنها رخيص      د - تتفاعل مع الأطعمة
- ٢٥ ن ..... من الاملاح المعدنية الضرورية للمحافظة علي صحة العظام والاسنان
- أ - الكالسيوم      ب - الحديد      ج - الفسفور      د - الماء
- ٢٦ لكي يكون النظام الغذائي متوازناً يجب أن يحتوي علي كميات كبيرة من .....
- أ - الفيتامينات      ب - الدهون      ج - السكريات      د - الزيوت
- ٢٧ الأواني المصنوعة من ..... خفيفة الوزن وتدوم لفترات طويلة
- أ - الألومنيوم      ب - البلاستيك      ج - الاستانلس      د - السيليكون
- ٢٨ الطعام قد ..... اذا ترك لفترة طويلة داخل الثلاجة .
- أ - يقل      ب - ينضج      ج - يتعفن      د - لا يتغير
- ٢٩ المشروبات ..... غنية بالفيتامينات لأنها تحتوي علي الفاكهة
- أ - الغازية      ب - الصناعية      ج - المعلبة      د - الطبيعية
- ٣٠ يجب الحفاظ علي الملابس لمدة أطول عن طريق غسلها في .....
- أ - ماء بارد      ب - ماء مغلي      ج - حرارة عالية      د - ماء ساخن
- ٣١ يعتبر ..... من الوجبات السريعة الصحية
- أ - الترمس      ب - البطاطس      ج - الدجاج المقلي      د - الحلوي





- ٣٢ من مميزات القماش المصنوع من الكتان أنه .....  
 أ - ناعم ولين - ب - جيد التهوية - ج - دافئ - د - ثقيل الوزن
- ٣٣ نحتاج الي ..... للحفاظ علي صحة العظام والاسنان  
 أ - الكالسيوم - ب - الحديد - ج - الصوديوم - د - السموم
- ٣٤ تعبر ..... عن هوية الشركة  
 أ - الشعار - ب - العلامة التجارية - ج - السوق المستهدفة - د - الأرقام
- ٣٥ الضمادات اللاصقة تستخدم لـ .....  
 أ - لف الالتواءات - ب - تضميد الجرح - ج - لتخفيف الألم - د - لمعالجة الجروح
- ٣٦ من مبادئ التصميم الجيد .....  
 أ - الا يضر المصمم - ب - أن يوفر الحل المناسب للعمل المطلوب - ج - لا يمكن إعادة تدويره مرة أخرى - د - أن يكون استخدامة مناسباً لفئات معينة
- ٣٧ تشمل الكربوهيدرات .....  
 أ - الدهون والالياف - ب - النشويات والسكريات - ج - البروتينات والفيتامينات - د - الفيتامينات والاملاح
- ٣٨ لكي يكون الإعلان ناجحاً يجب أن .....  
 أ - يتضمن أكثر من ٦ - ب - ينقل المعلومات بشكل صادق - ج - يكون بشكل غير قانوني - د - يتشابه مع الكلمات الإعلانية الأخرى
- ٣٩ سبب ظهور طبقتين منفصلتين أثناء عملية صناعة الشراب الصناعي هو .....  
 أ - جودة السكر - ب - عدم خلط السكر بشكل جيد - ج - نوع الفاكهة - د - وجود الماء
- ٤٠ عملت نيروبا راو مع خبراء في علم ..... لتكون لوحاتها دقيقة من الناحية العلمية  
 أ - الحيوان - ب - الجيولوجيا - ج - النبات - د - الجغرافيا
- ٤١ الخطوة الاولى في تصنيع الشراب الصناعي للقضاء على البكتيريا هي .....  
 أ - فصل الفاكهة عن - ب - تعبئة الشراب - ج - تسخين الشراب لدرجات حرارة مرتفعة - د - بيع الشراب في المحلات
- ٤٢ تساعد العناية بالملابس علي جميع ما يلي ما عدا .....  
 أ - الحفاظ على الملابس - ب - تجنب البقع - ج - تجنب التلف - د - تجنب الرائحة





- أ - توفير المال      ب - الحفاظ علي الملابس      ج - توفير الطاقة      د - استخدام عدد أكبر من الموارد
- ٤٣ للمحافظة على سلامة الفواكه يجب ابقاؤها في ..... الى ان يحين وقت استخدامها
- أ - المطبخ      ب - **الثلاجة**      ج - أكياس بلاستيكية      د - مكان دافئ
- ٤٤ شعار الشركة هو ..... يوضح المشروع الذي تقوم به الشركة
- أ - جملة طويلة      ب - مقال      ج - **رمز**      د - اسم الشركة
- ٤٥ من الوجبات الغذائية الصحية .....
- أ - اللحوم المصنعة      ب - البطاطس المقلية      ج - **المكرونات مع اضافة الجبن**      د - الحلوي

### السؤال الرابع : وصل من العمود ( أ ) بما يناسب ما في العمود ( ب )

( ١ )

العمود ( أ )		العمود ( ب )	
١	العلامة التجارية	أ	ناعم ولين ومتين
٢	كي الملابس	ب	تعبر عن هوية الشركة
٣	القماش المصنوع من الحرير	ج	فئات تحاول الشركة تسويق المنتجات اليهم
٤	السوق المستهدفة	د	يجعلها أكثر اناقة

( ٢ )

العمود ( أ )		العمود ( ب )	
١	الشراب الطبيعي غني بالفيتامينات والاملاح المعدنية	أ	اذا تركتها خارج الثلاجة لفترات طويلة
٢	مقلاة الألومنيوم قد تتفاعل مع الاطعمة الحمضية	ب	لانه يحتوي علي الفاكهة
٣	الخضروات والفواكه تصبح لينت وتظهر عليها بقع داكنة	ج	عند التعرض لدرجة حرارة عالية





٤	يحتاج الاطفال الي وجبات غذائية متوازنة غنية بالعناصر الغذائية	د	في الوجبات السريعة	٥-د
٥	غالباً ما تكون نسبة الفيتامينات والأملاح المعدنية منخفضة	و	لمساعدة اجسامهم علي النمو	٤-و

( ٣ )

العمود ( أ )		العمود ( ب )	
١	نباتات الحدائق	أ	تساعد علي الاسترخاء
٢	قماش البوليستر	ب	مصدره دودة القز
٣	المساحات المشمسة بالحديقة	ج	تقلل من تلوث الهواء
٤	قماش الكتان	د	مصدره البترول
٥	قماش الحرير	و	خفيف الوزن وجيد التهوية

( ٤ )

العمود ( أ )		العمود ( ب )	
١	من المكونات المهمة في حقيبة الاسعافات الاولية	أ	اذا كان هناك تسرب غاز
٢	غادر المنزل فوراً ولا تضيء أية مصابيح كهربية	ب	يمكن أن ينتج عنه اشتعال حريق
٣	عند اعداد الشراب الصناعي يجب تسخينه عند درجات حرارة مرتفعة	ج	الضمادات اللاصقة والضمادات الضاغطة
٤	ايصال عدة أجهزة كهربائية في سلك مشترك واحد	د	للقضاء علي البكتيريا
٥	في حالة الاصابات الخطيرة عليك الاتصال برقم ١٢٣	و	المخصص لخدمة الاسعاف

### السؤال الخامس : فكر ثم أجب عن الاسئلة الآتية :

١ قام حسن فتحي بعدة إنجازات طوال حياته أذكر اثنين منها ؟

أ - شارك في تصميم قرية القرنية الجديدة ،، ب - ساعد السكان المحليين علي بناء منازلهم من

مواد بناء طبيعية مثل الطين .

٢ كم عدد اكواب الماء التي يجب أن نتناولها يومياً ؟





#### ٨ اكواب ماء يومياً

٣ للإعلان أهمية كبيرة للإعلان عن منتج ما .. وضع ذلك ؟

لأنه يوفر المعلومات عن المنتجات والخدمات ويقنع العملاء بالمنتج

٤ ما العناصر الغذائية المشتركة المتوفرة في اللبن والبيض واللحم ؟

#### البروتينات

٥ يجب تحربة المنتج عن طريق مجموعة التركيز قبل عرضه في الاسواق ، ما سبب ذلك ؟

ليتم تحسين المنتج قبل عرضه في التسويق لو ظهرت مشكلة عند تجربته بواسطة مجموعة

#### التركيز.

٦ لماذا تكون الوجبات السريعة مضرّة ؟

لأنها تحتوي على كميات كبيرة من السكر والاملاح والدهون وتحتوى على كمية قليلة من

#### القيتايمينات

٧ لون الشعار له دلالة مختلفة عند عمل مشروع تجاري فاللون الاحمر يظهر الحماس ، فاذا كان

لونه أزرق ماذا يعبر لك ؟

#### يعبر عن الهدوء والسكينة

٨ لماذا يفضل الشرب الطبيعى عن الشرب الصناعى ؟

لأنه يحتوى على الفاكهه وهو غنى بالفيتامينات والاملاح المعدنية

٩ تري لارا أن القماش المصنوع من الحرير يصنع من دودة القز أما سيف يري أنه يصنع من البترول ،

أيهما رأيه صحيح ؟

#### رأي لارا هو الرأي الصحيح

١٠ لماذا يتم إضافة المواد الحافظة عند تصنيع الشرب ؟

لحماية الشرب من العفن والبكتريا ولدوام الشرب فترة طويلة بدون ان يفسد

١١ يفضل استخدام الماء البارد لغسل الملابس عن الماء الساخن أذكر السبب ؟

#### لأنه يستهلك طاقة أقل

١٢ لماذا يعد الألومنيوم مصدر خطر في صناعه الاوانى؟

الاوانى المصنوعة من الألومنيوم تتفاعل مع الاغذية الحمضية عند تعرضها للحرارة عالية

#### تنبعث من الالومنيوم فى الطعام

١٣ توجد نباتات مزهرة في الحدائق تنمو لمدة عام فقط ، فهل هي نباتات ( حولية أم معمرة ) ؟





## حولیتہ

**يحتاجها الجسم للقيام بوظائفه ( بناء الانسجة وتجديدها )**

١٥ اذكر نوعين من الكربوهيدرات ؟

**النشويات منها (البطاطس والارز)، السكريات ومنها (الفواكه والعسل)**

١٦ توجد عدة أمور يجب مراعاتها عند النظر لأي شعار، حدودها ؟

**السوق المستهدفة والتعرف على اسم الشركة والالوان .**

١٧ ما أهمية الألياف ؟

## مهمّة لعمليّة الهضم وتساعد على ضبط مستوى السكر

١٨ يجب أن تتوافر عدة خصائص في الحقائق ليستمتع بها المجتمع أذكر اثنين منها؟

**وجود أماكن ظل للاسترخاء**،، وجود نباتات مزهرة ذات ألوان زاهية

١٩ لماذا يتم تسخين الشراب جيداً قبل تصنيهِه ؟

## لقتل البكتريا

٢٠ يفضل صنع الملابس من مصادر صديقة للبيئة أكتب أمثلة لهذه المصادر؟

**مصدر نباتي مثل القطن ، مصدر حيواني مثل الاغنام**

٢١ لماذا يفضل إضافة السكر للماء عند إعداد الشراب وهو ساخن؟

**حتى يسهل من عمليته خلطه وذوبانه بالشراب**

٢٢ العلامة التجارية التي تستخدمها الشركات لها أهمية كبيرة وضح ذلك ؟

لأنها توضح لعملاء الشركة طبيعة الشركة وأهميتها عملها .

٢٣ كيف نحافظ على الطعام من التلف ؟

**عن طريق حفظه بطريقة مناسبة وإبقاء اللحوم والألبان في الثلاجة لحين استخدامها**

٢٤ يجب أن تتوافر عدة مبادئ ليكون التصميم جيداً أذكر ثلاثة منها ؟

**أ - أن يكون سهلاً في الاستخدام ، ب - أن يوفر الحل المناسب للعمل المطلوب ، ج - أن يفكر**

## المصمم بنفس طريقة المستخدم

٢٥ ما المنتجات الغذائية المصنوعة من اللبن ؟

## الاجبان الصفراء والبيضاء والسمن الحيوانى والذبدة

٢٦ يتكون التصميم من عدة عناصر حددها ؟





#### شكل وتركيب ولون وحجم التصميم

٢٧ ما الفائدة من وضع مخطط مسبق لوجباتنا الغذائية ؟

يساعد على الحصول على نمط غذائي صحي ، ينظم الوجبات الغذائية التي يتم تناولها على مدار

#### اليوم

٢٨ توجد عدة أمور يجب اتباعها لضمان الحملة الاعلانية ، اذكر واحدة منها ؟

أن يقتصر شعار الاعلان علي ثلاث كلمات

٢٩ اكتب ثلاثة من العناصر الاساسية التي يجب ان تتضمنها حقيبة الاسعافات الأولية ؟

الرباط الطبى - شريط لاصق جراحى - كريم مطهر - الضمادات اللاصقة

٣٠ كانت نيروبا راو تساعد الناس علي حماية الحياة النباتية ، فماذا كان عملها ؟

#### رسامة نباتية

تم بحمد الله

بسم الله الرحمن الرحيم " إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا " صدق الله العظيم

